

కై కాంటర్



ప్రజా సంక్షేమమే అంతిమ లక్ష్యం తెలుగు దిన పత్రిక

సంపుటి : 01 సంచిక : 45 ప్రకాశం, శుక్రవారం 14-11-2025 పేజీలు : 4 వెల. 2/-

రిపోర్టర్లు కావాలిను



కై కాంటర్

తెలుగు దిన పత్రికలో పనిచేయుటకు ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో

- జిల్లా బ్యూరోలు
- జిల్లా ఇన్‌చార్జీలు
- నియోజక వర్గ ఇన్‌చార్జీలు కావాలిను.



సంప్రదించవలసిన మా ఫోన్ నంబరు

98497 07349

పోలీస్ స్టేషన్ ను ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసిన జిల్లా ఎస్పీ హర్షవర్ధన్ రాజు....



క్రైమ్ కాంటర్ న్యూస్ ... ప్రకాశం జిల్లా... పొదిలి పోలీస్ స్టేషన్లో పలు రికార్డులను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి సిబ్బందిని సమస్యలు అడిగి తెలుసుకున్నరు జిల్లా ఎస్పీ హర్షవర్ధన్ రాజు....

అనంతరం మీడియా సమావేశంలో జిల్లా ఎస్పీ హర్షవర్ధన్ రాజు మాట్లాడుతూ డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ లు, మైనర్లు వాహనాలు నడిపిన, బహిరంగ ప్రదేశాలలో మద్యం సేవించిన వంటివి వాటిపై చర్యలు తీసుకొని పలు సెక్షన్లు సమోదా చేసుకుని శిక్షలు చేపడతామని సూచించిన ఎస్పీ..

ఈ సందర్భంగా పొదిలి పట్టణంలో ట్రాఫిక్ సమస్య త్వరలో తీరుస్తామని ఎవరైనా అవాంఛనీయ సంఘటన పొల్పడితే కఠిన చర్యలు చేపట్టి జైలుకు పంపిస్తామని అన్నారు పోలీస్ స్టేషన్లో సిబ్బంది సమయానికి విధులకు హాజరై ప్రజల సమస్యలు పరిష్కరించాలని యాస్పీ సూచించారు అంతేకాకుండా నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన సర్కిల్ కార్యాలయాన్ని సందర్శించి సుందరంగా తీర్చిదిద్దినందుకు ఆయన ప్రత్యేకంగా అభినందించారు

ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న దర్శి డివిన్సి లక్ష్మీనారాయణ, సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ రాజేష్ కుమార్, ఎస్పీ వేమన మరియు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు....

వైఎస్సార్లపీ కాబీ సంతకాల సేకరణ

కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే అగ్నా



క్రైమ్ కాంటర్ న్యూస్....ప్రకాశం జిల్లా... ప్రభుత్వ మెడికల్ కాలేజీలను ప్రయవేల్ పరం చేస్తూ కూటమి ప్రభుత్వం జారీ చేసిన జీవోలకు నిరసనగా ఆ ఉత్తర్వులను మెనువెంటనే రద్దు చేసి ప్రభుత్వమే మెడికల్ కాలేజీల నిర్మాణం, నిర్వహణ చేపట్టాలని డిమాండ్ చేస్తూ వైఎస్సార్ సీపీ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా చేపట్టిన కోటి సంతకాల సేకరణ మార్కాపురం అసెంబ్లీ నియోజకవర్గం %౫౫% విభాగ కార్యక్రమంలో గిద్దలూరు మాజీ శాసనసభ్యులు, మార్కాపురం వైస్సార్సీపీ నియోజకవర్గం ఇంచార్జి అన్నారాంబాబు , నియోజకవర్గ, మండల, పట్టణ, వార్డు ఇంచార్జులు, అధ్యక్షులు, నాయకులు, పార్టీ కార్యకర్తలు పాల్గొని విజయంతం చేసారు...

ఎమ్మెల్యే గురించి మాట్లాడితే సహించేది లేదు.. టిడిపి నాయకులు

క్రైమ్ కాంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు, కనిగిరి నియోజకవర్గంలో అవినీతిలో నిండా మునిగి తేలిన బుర్రా మధుసూదన్ యాదవ్ ఎమ్మెల్యే ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు పై ఇష్టం వచ్చినట్లు మాట్లాడితే సహించేది లేదని తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు హెచ్చరించారు. అవినీతి రహిత పరిపాలన చేస్తున్న ఎమ్మెల్యే పట్ల మరోసారి ఆధారాలు లేని ఆరోపణలు చేస్తే తగిన రీతిలో బుద్ధి చెబుతామని అన్నారు. స్థానిక తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో గురువారం మీడియా సమావేశం నిర్వహించారు. బుర్రా మధుసూదన్ అవినీతి గురించి కనిగిరి ప్రజలు ఇప్పటికీ కథలు కథలుగా చెప్పుకుంటున్నారని ఎద్దేవా చేశారు. నిజంగా అక్కడ ఆయనకు మంచి పేరు ఉంటే, 2024 ఎన్నికల్లో కూడా టిక్కెట్ ఇచ్చి ఉండేవారని అన్నారు. అన్ని విధాలుగా దోచుకున్నారు కాబట్టే కందుకూరుకు ట్రాన్స్ఫర్ చేశారని గుర్తు చేశారు. కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చాక కందుకూరులో జరుగుతున్న పాలన పట్ల ప్రజలంతా సంతోషంగా ఉన్నారని, ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు అభివృద్ధి విధానాలను మెచ్చుకుంటున్నారని చెప్పారు. కందుకూరు నియోజకవర్గంలో అభివృద్ధిపై బహిరంగ చర్చకు తాము సిద్ధంగా ఉన్నామని సవాల్ విసిరారు. చుట్టప్ర చూపుగా వచ్చిపోతూ, నిజానిజాలు తెలుసుకోకుండా ఏదో ఒకటి మాట్లాడినంత మాత్రాన ప్రజలు నమ్మకం నష్టం తెలుసుకోవాలని హితవు పలికారు. పట్టణ అధ్యక్షుడు దామా మల్లేశ్వర రావు మాట్లాడుతూ కందుకూరులో అవినీతి జరుగుతున్నట్లు ఒక్క ఆధారమైనా చూపించగలరా అని ప్రశ్నించారు. గత వైసీపీ ప్రభుత్వంలో ఇసుక, గ్రావెల్ ను ఇష్టం వచ్చినట్లు తప్ప తరలించుకు పోయింది వైసీపీ నేతలేనని స్పష్టం చేశారు. వైసీపీకి చెందిన మాజీ ఎంపీల చైర్మన్ విప్లవిడిగా ఇసుకను అమ్ముకున్నారని విమర్శించారు. ఆ విషయాన్ని వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అయిన తుమాటి మాధవరావు స్వయంగా సోషల్ మీడియా గ్రూపుల్లో ఆధారాలతో నహా పెట్టిన సంగతి మరిచిపోవద్దన్నారు. గంజాయి సపై చేసే బ్యాన్ అంతా మీ వైపే ఉన్నారని, రఫీ మంచితనం గురించి నియోజకవర్గ మొత్తం తెలుసునని, మీరు మంచి వ్యక్తి అని చెప్పే రఫీ బిఎన్ఎన్ఎల్ కాంపైక్స్ విషయంలో ఆనాటి మున్సిపల్ కమిషనర్ ను నీ అంతం చూస్తాను ఎలా ఆపుతావో చూస్తామని టెదిరించిన మాట వాస్తవం కాదా అని బుర్రా మధుసూదన్ యాదవ్ ను ప్రశ్నించారు.. కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చాక ఇసుకను ఉచితంగా ఇస్తున్న సంగతి గుర్తు చేసుకోవాలన్నారు. ఇక కనిగిరిలో మధుసూదన్ అవినీతి అక్రమాల గురించి ఎంత చెప్పినా తక్కువే అన్నారు. డివిజనల్ స్థాయి అధికారి ఒకరు మధుసూదన్ స్కాం కారణంగా ఆత్మహత్య చేసుకున్నారని, సొంత పార్టీ నేతలే ఆయన అవినీతిపై మీడియాకు ఎక్కారని గుర్తు చేశారు. చివరకు అవినీతిని బయటపెట్టిన జర్నలిస్టుల వైన కూడా అక్రమ కేసులు బనాయించారని అన్నారు.



బుర్రా మధుసూదన్ అరాచకాల గురించి చెప్పుకుంటూ పోతే ఒక రోజు సరిపోదని, ఇకనైనా ఆయన వాస్తవాలు తెలుసుకొని మాట్లాడితే మంచిదని మల్లేశ్వరరావు ఘాటుగా హెచ్చరించారు. రాష్ట్ర తెలుగుదేశం పార్టీ మున్సిం మైనార్టీ అధికార ప్రతినిధి షేక్ రఫీ మాట్లాడుతూ కందుకూరు పట్టణంలో బిఎన్ఎన్ఎల్ కాంపైక్స్ నిర్మాణము నూటికి నూరుపాళ్ళు అక్రమమేనని స్పష్టం చేశారు. వైసీపీ ప్రభుత్వ హయాంలోనే అక్రమ నిర్మాణం జరిగిందని, అప్పుడే తమ నాయకుడు ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు పదేపదే దానిపై మున్సిపల్ అధికారులు ఫిర్యాదు చేశారని గుర్తు చేశారు. అయినప్పటికీ మున్సిపల్ అధికారులు వట్టింతుకోలేదని చెప్పారు. ఇప్పటికి కూడా మున్సిపల్ అనుమతులు లేవని, కాబట్టే కోర్టు సహాయంతో కాంపైక్స్ సీజ్ చేశారని చెప్పారు. అందులో షాపులు నిర్వహించుకునే పదిమంది వద్ద ఒక్కొక్కరి నుంచి 4:30 లక్షల రూపాయలు రఫీ అక్రమంగా వసూలు చేశాడని తెలిపారు. షాపుల వారికి నిజంగా న్యాయం చేయాలని మధుసూదన్ యాదవ్ అనుకుంటే, ముందుగా రఫీ దండుకున్న ఆ డబ్బులను షాపుల వారికి తిరిగి ఇప్పించాలన్నారు. నష్టపోయిన షాపుల వారికి న్యాయం చేసే పనిలో తమ ఎమ్మెల్యే ఉన్నారని షేక్ రఫీ తెలిపారు. నియోజకవర్గ మహిళా అధ్యక్షురాలు కల్లూరి శైలజ మాట్లాడుతూ నిన్నటి ప్రెస్ మీట్ లో బుర్రా మధుసూదన్ యాదవ్ గారు మాట్లాడుతూ మహిళలు ఉచిత బస్సు పథకం వల్ల ఊరికే పని లేకుండా తిరుగుతున్నారని మహిళలను అవమానించే రీతిలో మాట్లాడారని, ఆ మాటలను వెంటనే వెనక్కి తీసుకోవాలని, మహిళలకు వెంటనే క్షమాపణలు చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కందుకూరు మండల పార్టీ అధ్యక్షులు బుస్సారెడ్డి కృష్ణారెడ్డి, లింగంముద్రం మండల పార్టీ అధ్యక్షులు పూరిమెట్ల గురునాథం, వలేటివారిపాలెం మండల అధ్యక్షులు మాదాల లక్ష్మీనరసింహం, రాష్ట్ర విస్తృతావళి కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ చిలకపాటి మధుబాబు, పార్టీ నాయకులు చదలవాడ కొండయ్య, షేక్ సలాం, ముచ్చు శ్రీనివాసరావు, చిత్తూరి మల్లికార్జున, పులి నాగరాజు, షేక్ రూబీ, శ్యామ్ పాల్గొన్నారు.

లోకేష్ ఆసక్తికర ట్వీట్.. యువతలో తీవ్ర చర్చ



విశాఖపట్నం, నవంబర్ 13: చంద్రబాబు సారథ్యంలోని కూటమి ప్రభుత్వం కొలువు తీరి ఏడాదిన్నర అయింది. ఈ సమయంలో రాష్ట్రానికి పెట్టుబడులు పోబెత్తాయి. విశాఖపట్నం వేదికగా సీఐఐ సారథ్యంలో భాగస్వామ్య సదస్సు గురువారం ప్రారంభంకానుంది. అలాంటి వేళ.. ఒక రోజు ముందుగా అంటే..

గురువారం రాష్ట్ర ఐటీ, విద్యా శాఖల మంత్రి నారా లోకేష్.. తన ఎక్స్ ఖాతా వేదికగా కీలక ప్రకటన చేశారు. ఈ ప్రకటనతో ఆంధ్రలో టెన్షన్ నెలకొంది. నారా లోకేష్.. తన ఎక్స్ ఖాతా వేదికగా.. రేపు ఉదయం అంటే.. శుక్రవారం ఉదయం 9 గంటలకు పెద్ద ఆవిష్కరణ జరగనుందన్నారు. అదేమిటో ఎవరైనా ఊహించగలరా ? అంటూ ప్రశ్నించారు. బోర్డు రూమ్ లో చర్చలు జరుగుతున్నాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. దీనికి ఆంధ్రప్రదేశ్, చూజ్ స్పీడ్, చూజ్ ఏపీలకు హ్యాప్ ట్యాగ్ చేశారు. భాగస్వామ్య సదస్సు ప్రారంభానికి ముందే ప్రపంచంలోని వివిధ దేశాలకు చెందిన కంపెనీల ప్రతినిధులు, సీఈఓలు, ఆయా దేశాల ఉన్నతాధికారులు విశాఖకు చేరుకున్నారు. వారంతా సీఎం చంద్రబాబుతో వరుసగా సమావేశమవుతున్నారు. ఈ సందర్భంగా అనేక ఒప్పందాలు జరగనున్నాయి. అయితే ఈ సందర్భంగా విదేశాలకు చెందిన ప్రముఖ సంస్థ ఏపీలో పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు ముందుకు వచ్చి ఉంటుందని లోకేష్ ట్వీట్ చేసిన తర్వాత ఒక చర్చ ఊపందుకుంది. సదరు సంస్థ రాష్ట్రంలో అతి భారీగా పెట్టుబడులు పెట్టే అవకాశం ఉందని అందుకే లోకేష్ ఈ ప్రకటన చేసి ఉంటారనే ఒక ప్రచారం సైతం సాగుతోంది.

ఏనుగులు సంచలించే ప్రదేశాలలలో అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

ఏనుగుల సంచారంపై ఉప ముఖ్యమంత్రి, అటవీ పర్యావరణ శాఖ మంత్రి పవన్ కల్యాణ్ కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. అటవీ ప్రాంతాలను ఆసుకొని ఉన్న గ్రామాలలోకి ఏనుగులు ప్రవేశించే పరిస్థితులు ఉత్పన్నమయ్యే అవకాశాలు ఉన్నప్పుడు ముందస్తు హెచ్చరికలు చేయాలన్నారు. ఈ ప్రక్రియను మరింత పెంచాలని డిప్యూటీ సీఎం ఆదేశించారు. కుప్పం మండలంలోని వెంకటేశ్వరపురం గ్రామంలో కిట్టయ్య అనే వ్యక్తి ఏనుగు దాడిలో మరణించిన ఘటనపై పవన్ స్పందించారు. ఈ ఘటనపై పీసీసీఎఫ్, సంబంధిత అధికారులతో ఈరోజు (గురువారం) ఉదయం డిప్యూటీ సీఎం చర్చించారు. కిట్టయ్య కుటుంబానికి ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేశారు. ఆ కుటుంబానికి రూ.10 లక్షల ఆర్థిక సాయాన్ని సత్వరమే అందించాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. తమిళనాడు అటవీ ప్రాంతం వైపు నుంచి వచ్చిన ఏనుగు మూలంగా ఈ ఘటన చోటు చేసుకుందని, అక్కడ కూడా సదరు ఏనుగు మూలంగా మరణాలు సంభవించాయని పవన్ కు అటవీ శాఖ అధికారులు వివరించారు. మన రాష్ట్ర అటవీ ప్రాంతంలోకి వస్తోందని ట్రాక్ చేసిన వెంటనే సమీప గ్రామాల వారికి ముందుగానే తెలియజేయాలని చెప్పారు. దీనిపై పవన్ కల్యాణ్ స్పందిస్తూ.. ముందస్తు హెచ్చరికలను మరింత విస్తృతం చేయాలన్నారు.



గ్రామాలవారిగానూ, రైతులతోనూ సోషల్ మీడియా గ్రూప్స్ ఏర్పాటు చేసి వాటికి టెక్స్ మెసేజ్లతో పాటు, వాయిస్ మెసేజ్లు కూడా పంపిస్తే సమాచారం తొందరగా చేరుతుందని అధికారులకు డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ సూచనలు చేశారు.



కాశీబుగ్గలోని శ్రీవేంకటేశ్వరస్వామి ఆలయం



సోమవారం నుంచి దర్శనాలకు అవకాశం త్రినభ్య కమిటీ సూచన మేరకు ఏర్పాట్లు

పలాస, నవంబరు 13: కాశీబుగ్గ శ్రీనివాసనగర్‌లోని శ్రీవేంకటేశ్వరస్వామి ఆలయాన్ని (చిన్న తిరుపతి) తెరిచి.. భక్తులకు దర్శనం కల్పించుకునేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గ్రీన్‌సిగ్నల్ ఇచ్చింది. సోమవారం నుంచి ఆలయాన్ని తెరిచేందుకు చురుగ్గా ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు. ఈ నెల 1న ఏకాదశి నాడు ఈ ఆలయంలో తొక్కిసలాట కారణంగా 9 మంది భక్తులు మృతి చెందారు. మరో 17 మంది గాయపడిన విషయం తెలిసిందే. ఈ ఘటన నేపథ్యంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జిల్లా దేవదారుశాఖ కమిషనర్ ప్రసాదరావు, టెక్నాలజీ అధికారి కృష్ణమూర్తి, శ్రీకాకుళం ఏఎస్పీ కేపీ రమణతో కూడిన త్రినభ్య కమిటీని వేసింది. తొక్కిసలాట అనంతరం ఆ ప్రాంతాన్ని కమిటీ సభ్యులు పరిశీలించారు. ‘ఆలయంలో సీసీ కెమెరాలు అమర్చాలి. ఆలయంలోకి వెళ్లేందుకు పటిష్టమైన ఐదేనిస్ట్రీట్ రైలింగ్ ఏర్పాటు చేయాలి. ఆలయంలో ప్రైవేటు భద్రత కల్పించాలి’ అని కమిటీ సభ్యులు ఆలయ నిర్వాహకులకు సూచించారు. వాటిని పూర్తిచేసి ఆలయాన్ని తెరిపించుకోవచ్చని

చెప్పారు.

ముమ్మరంగా పనులుతీసభ్య కమిటీ సూచనల మేరకు శ్రీవేంకటేశ్వరాలయంలో యుద్ధప్రాతిపదికన పనులు చేస్తున్నారు. భక్తులు మృతికి కారణమైన అవుట్‌గేట్ రైలింగ్ మొత్తం బయటకు తీసి కొత్తవి అమర్చుతున్నారు. ఆలయంలో వెనుక నుంచి ఓ మార్గం, పక్క నుంచి మరో మార్గం ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. భక్తుల రద్దీ ఎక్కువైతే మొత్తం మూడు మార్గాలు తెరిచి బయటకు పంపించడానికి అవకాశం ఉంటుంది. ఆలయం మొత్తం 12.22 ఎకరాలు. అందులో రెండు ఎకరాల్లో ప్రధానంగా శ్రీవేంకటేశ్వరస్వామి ఆలయం ఉంది. దానికి ఇరువైపులా శ్రీదేవి, భూదేవి విగ్రహాలు ఉన్నాయి. ఆలయం మొత్తం రామాయణ, మహాభారత ఘట్టాలు, వివిధ దేవతామూర్తుల విగ్రహాలు ఉన్నాయి. వీటన్నింటిని చూసిన తరువాత వెంకటేశ్వరస్వామిని దర్శించిన అనంతరం వచ్చిన మార్గం నుంచి కాకుండా కొత్తగా ఏర్పాటు చేసిన రెండు మార్గాల ద్వారా బయటకు వెళ్లడానికి నిర్మాణాలు జరుగుతున్నాయి. స్వామి ఆలయం దక్షిణ భాగాన రెండు భారీ అన్నదాన స్రావాలు నిర్మించారు. భక్తులకు ఆసౌకర్యం కలగకుండా బయటకు వచ్చిన మార్గం గుండా సత్రాల్లోకి ప్రవేశించి అన్నదానంలో పాల్గొనడానికి అవకాశం కల్పించారు. ఆలయం చుట్టూ ఎనిమిది సీసీ కెమెరాలను అమర్చి.. కమాండ్ కంట్రోల్‌ను ఆలయం లోపల భాగంలో ఏర్పాటు చేశారు. ఆలయం మొత్తం ఇప్పటికే నీటితో శుద్ధి చేసి తీర్చిదిద్దారు. కొత్తగా పరమశివుడు, సూర్యభగవానుడి 30అడుగు విగ్రహాలు నిర్మించేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు.ఇదిలా ఉండగా కమిటీ సూచన చేసి నిర్వాహకులకు ఆలయం అప్పగించినా.. ఇంకా పోలీసుల నిఘా కొనసాగుతోంది. భక్తుల దర్శనం కోసం ఆలయం తెరిచిన వరకే నిఘా ఉంటుందని పోలీసులు చెబుతున్నారు.ఆలయ నిర్వాహకుడు హరిమొకుందపండా మాట్లాడుతూ ‘భక్తులకు ఎటువంటి ఆసౌకర్యం కలుగకుండా గట్టి చర్యలు తీసుకుంటున్నాం. భక్తులు నేరుగా స్వామి దర్శనానికి వెళ్లి.. వెనుక మార్గం గుండా బయటకు రావడానికి ఏర్పాట్లు చేశాం. ఏకాదశి నాడు జరిగిన సంఘటన బాధాకరం. భక్తులు సంద్యమనం పాటిస్తే ఇటువంటి ఇబ్బందులు ఉండవు. అందరికీ కలియుగ దైవం వెంకటేశ్వరస్వామి ఆశీసులు ఉండాలని కోరుకుంటున్నా’నని తెలిపారు.

వివేకా హత్య కేసులో లోతైన విచారణ జరగాలి:

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13: మాజీ మంత్రి వైఎస్ వివేకా హత్య కేసులో కుట్ర కోణం దాగి ఉందని సీబీఐ కోర్టుకు వైఎస్ సునీత తరపు న్యాయవాది సిద్ధార్థ్ లూథ్రా స్పష్టం చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో ఈ కేసులో లోతైన దర్యాప్తు జరపాలి ఉందని కోర్టుకు ఆయన విన్నవించారు. అలా కాకుంటే అసలు దోషులు తప్పించుకునే ప్రమాదం ఉందని ఆయన కోర్టుకు విన్నవించారు. అలాగే ఈ కేసులో లోతైన దర్యాప్తు జరిపితే ఇప్పటి వరకు వెలుగు చూడని పలు సంచలన విషయాలు బయటకు వస్తాయని కోర్టుకు తెలిపారు.ఈ కేసులో నష్టిమెంటరి ఛార్జ్‌షీట్ దాఖలు చేసేలా సీబీఐని ఆదేశించాలని కోర్టును సునీత తరపు న్యాయవాది లూథ్రా కోరారు. ?వివేకా హత్య కేసులో లోతైన దర్యాప్తు జరపాలంటూ ఆయన కుమార్తె వైఎస్ సునీత గతంలో సీబీఐ కోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేశారు. ఈ పిటిషన్‌పై గురువారం విచారణ జరిగింది. ఈ సందర్భంగా సునీత తరపు న్యాయవాది సిద్ధార్థ్ లూథ్రా.. తన వాదనలు వినిపించారు. తదుపరి విచారణను రేపటికి అంటే.. శుక్రవారానికి కోర్టు వాయిదా వేసింది. రేపు నిందితుల తరపున వాదనలు కొనసాగుస్తాయి.2019, మార్చి 14వ తేదీ అర్ధరాత్రి ఉమ్మడి కడప జిల్లాలోని పులివెందుల్లోని స్వగృహంలో వైఎస్ వివేకానందరెడ్డి దారుణ హత్యకు గురయ్యారు. తొలుత ఆయన గుండె పొటుతో మరణించారంటూ మీడియాలో వార్త కథనాలు ప్రసారమయ్యాయి. కానీ వైఎస్ వివేకానందరెడ్డి మృతదేహానికి పోస్ట్‌మార్టం నిర్వహించాలని ఆయన కుమార్తె వైఎస్ సునీత నిర్ణయించారు. దీంతో వైఎస్ వివేకా దారుణ హత్యకు గురైనట్లు పోస్ట్‌మార్టం నివేదికలో స్పష్టమైంది. ఈ కేసును సీబీఐకి అప్పగించాలంటూ ఆమె కోర్టును ఆశ్రయించారు. దాంతో కోర్టు ఆదేశాలతో ఈ కేసు దర్యాప్తు సీబీఐ చేతిలోకి వెళ్లింది.అనంతరం



ఈ కేసు విచారణలో పలు కీలక మలుపులు చోటు చేసుకున్నాయి. ఆ క్రమంలో ఈ కేసులో పలువురు అరెస్టయ్యారు. అనంతరం ఈ కేసు దర్యాప్తు నెమ్మదించింది. అలాంటి వేళ.. తన తండ్రి వైఎస్ వివేకా హత్య కేసులో మరింత లోతైన దర్యాప్తు చేయాలంటూ వైఎస్ సునీత సీబీఐ కోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేశారు. అయితే వైఎస్ సునీత దురుద్దేశ్యంతో ఈ పిటిషన్ దాఖలు చేసిందని.. వీటిని కొట్టివేయాలంటూ అందుకు కౌంటర్‌గా కోర్టులో వైఎస్ అవినాశ్ రెడ్డి, ఆయన తండ్రి వైఎస్ భాస్కర రెడ్డితోపాటు దేవిరెడ్డి శివశంకర్ రెడ్డిలు పిటిషన్లు దాఖలు చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో ఈ కేసులో వాదనలు కొనసాగుతున్నాయి.

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ఇన్వెస్టిగేటర్‌కు రెడ్ కార్డెట్! కాత్త అవకాశాల బిశగా సీబీఎన్ భరోసా



ఆంధ్రప్రదేశ్‌ను పెట్టుబడిదారుల గమ్యస్థానంగా తీర్చిదిద్దే దిశగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు కీలక ప్రకటన చేశారు. విశాఖపట్నంలో జరిగిన ఇండియా-యూరప్ బిజినెస్ మీట్ లో ఆయన మాట్లాడుతూ, రాష్ట్రంలో

పెట్టుబడులు పెట్టే కంపెనీలకు ఎలాంటి అవరోధాలు లేకుండా ప్రభుత్వం సహకరించబోతుందని స్పష్టం చేశారు. పెట్టుబడిదారుల విశ్వాసాన్ని మరింత బలపరచే విధంగా ప్రతి చర్య తీసుకుంటామని తెలిపారు. సీబీఎన్ మాట్లాడుతూ, “స్పీడ్ ఆఫ్ డూయింగ్ బిజినెస్” విధానంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ ముందుకు సాగుతోందని చెప్పారు. పరిశ్రమల అనుమతుల ప్రక్రియను పూర్తి స్థాయిలో పారదర్శకంగా నిర్వహించబోతున్నామని, అనవసర జాప్యం లేకుండా త్వరితగతిన అనుమతులు ఇచ్చే విధానాన్ని అమలు చేస్తున్నామని వెల్లడించారు. ఇది రాష్ట్ర అభివృద్ధికి కొత్త ఊపునిస్తుందని ఆయన నమ్మకం వ్యక్తం చేశారు. అమరావతిలో క్యాంటన్ కంప్యూటింగ్ సెంటర్‌ను, విశాఖలో గూగుల్ డేటా సెంటర్‌ను త్వరలో ప్రారంభించబోతున్నామని చంద్రబాబు వివరించారు. ఈ రెండు ప్రాజెక్టులు రాష్ట్రానికి సాంకేతిక రంగంలో కొత్త దశను తీసుకురాబోతున్నాయని తెలిపారు. ఆధునిక సాంకేతికతను వినియోగించి యువతకు కొత్త ఉద్యోగ అవకాశాలు సృష్టించడమే ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని అన్నారు. “ఇన్వెస్టర్‌కు భరోసా, పారదర్శకత, మరియు వేగం ఇవే మన ప్రభుత్వ ప్రధాన సూత్రాలు” అని సీబీఎన్ స్పష్టం చేశారు. ప్రపంచ స్థాయి పెట్టుబడిదారులను ఆకర్షించేందుకు రాష్ట్రం సదా సిద్ధంగా ఉందని ఆయన పేర్కొన్నారు. అభివృద్ధి దిశగా ఆంధ్రప్రదేశ్ మళ్లీ దేశానికి మోడల్ రాష్ట్రంగా నిలుస్తుందని నాయుడు ధైర్యంగా చెప్పారు.

విన్నవించుకుందామని వారి కుటుంబీకులు నన్నందం అవుతున్నారని మత్స్యకార నాయకుడు సూరాడ చిన్నారావు తెలిపారు. మత్స్యకారుల పరిస్థితిపై జిల్లా మత్స్యశాఖ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ విజయకృష్ణను వివరణ కోరగా బంగారేడ్‌లో చిక్కుకున్న భోగాపురం, పూనపాటిరేగ మండలాలకు చెందిన 9 మంది మత్స్యకారులను తీసుకొచ్చేందుకు మత్స్యశాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి బి.రాజశేఖర్ కేంద్ర హెం ప్యవహారాల శాఖ, విదేశాంగ మత్రిత్వశాఖ కార్యదర్శులకు తెలుర్లు రాశారని, ఇంకా అటునుంచి ఎటువంటి సమాచారం అందలేదని, వారందరినీ సురక్షితంగా తీసుకొచ్చే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయని తెలిపారు.



ఘోరప్రమాదం.. హైవేపై 6

వాహనాలను ఢీకొట్టిన ట్రక్కు.

మహారాష్ట్రలో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం సంభవించింది. గురువారం (నవంబర్ 13) పూణేలోని నవ్లే బ్రిడ్జిపై ఒక భారీ అగ్ని ప్రమాదం జరిగింది. రెండు కంటైనర్ ట్రక్కులు ఢీకొన్నాయి. వాటిలో ఒకటి మంటల్లో చిక్కుకుంది. రెండు ట్రక్కుల మధ్య ఒక కారు ఇరుక్కుపోయి పూర్తిగా కాలిపోయింది. ఈ ఘటనలో ఎనిమిది సజీవ దహనం అయ్యారు. పలువురు తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. సమాచారం అందుకున్న వెంటనే సంఘటనాస్థలానికి చేరుకున్న పోలీసులు, అగ్నిమాపక సిబ్బంది మంటలు ఆర్పి సహాయక చర్యలు చేపట్టారు. కాలిపోతున్న వాహనాల్లో మరింత మంది చిక్కుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. దీంతో మృతుల సంఖ్య పెరిగే అవకాశం ఉందని పోలీసులు తెలిపారు. యాక్సిడెంట్ తరువాత హైవేపై భారీగా ట్రాఫిక్‌జామ్ పూణే నగర శివార్లలోని ముంబై-బెంగళూరు హైవేపై ఈ సంఘటన జరిగింది. రెండు పెద్ద కంటైనర్ ట్రక్కుల మధ్య ఒక కారు నుజ్జునుజ్జు కావడంతో ఎనిమిది మంది మరణించారు. నవ్లే బ్రిడ్జిపై సాయంత్రం జరిగిన ప్రమాదంలో అనేక మంది గాయపడ్డారని పోలీసులు తెలిపారు. గాయపడిన వారిని ఆసుపత్రికి తరలించినట్లు పోలీసు అధికారి తెలిపారు. ప్రమాదానికి సంబంధించిన వీడియో ఫుటేజీలను పోలీసులు పరిశీలించారు. రెండు భారీ ట్రక్కులు ఢీకొనడం, ట్రక్కులు పేలి మంటలు చెలరేగడం, ఒక కారును ధ్వంసం చేయడం స్పష్టంగా కనిపించింది. ప్రాథమిక సమాచారం ప్రకారం ఈ ప్రమాదంలో ఎనిమిది మంది మరణించగా, అనేక మంది గాయపడ్డారు. మృతుల సంఖ్య మరింత పెరిగే అవకాశముందని పోలీసులు వెల్లడించారు. ప్రమాదం ఎలా జరిగిందో మేము దర్యాప్తు చేస్తున్నామని పోలీసు అధికారి తెలిపారు. ప్రస్తుతం, గాయపడిన వారికి తక్షణ ఆసుపత్రి చికిత్స అందేలా చూడడమే మా ప్రాధాన్యత అని ఒక పోలీసు అధికారి తెలిపారు. అగ్నిమాపక శాఖ సంఘటనా స్థలానికి నీటి ట్యాంకర్లను పంపిందని, మంటలను ఆవృదానికి ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయని ఆయన అన్నారు. ఈ ఘోర ప్రమాదం రద్దీగా ఉండే హైవేపై జరగడంతో భారీగా ట్రాఫిక్ జామ్ ఏర్పడింది.

టీడీపీలో పదవుల పండగ

అమదాలవలస, నవంబరు 13: రాష్ట్రంలో బడుగు, బలహీ సవర్గాల అభ్యున్నతి కోసం ఏర్పడిన టీడీపీకి పార్టీ కార్యకర్తలే పునాది అని, దీనిని బలోపేతం చేయాలని రాష్ట్ర పీయూసీ చైర్మన్, ఎమ్మెల్యే కూన రవికుమార్, పార్టీ పరిశీలకుడు, మాజీ ఎమ్మెల్యే బుద్ధా నాగజగదీశ్వరరావు అన్నారు. గురువారం పట్టణంలోని ఓ కల్యాణ మండపంలో నియోజకవర్గం లోని అన్ని మండల క్లస్టర్, యూనిట్, గ్రామ కమిటీ బూత్ కమిటీల ప్రమాణ స్వీకారం నిర్వహించారు. కమిటీల సభ్యులతో పార్టీ పరిశీలకుడు బుద్ధా నాగ జగదీశ్వరరావు ప్రమాణం చేయించారు. కార్యక్రమంలో డీసీసీబీ చైర్మన్ శివ్వాల సూర్యనారాయణ, మాజీ ఎమ్మెల్యే పీరుకట్ల విశ్వప్రసాద్, మార్కెట్ డైరెక్టర్ ఆనెపు రామకృష్ణనాయుడు, మున్సిపల్ మాజీ చైర్మన్ ర్మన్ తమ్మినేని గీతా విద్యాసాగర్, నాయకులు మొదలవలస రమేష్, తమ్మినేని చంద్రశేఖర్, చావర సుధాకర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. శ్రమించిన వారికి సముచిత స్థానం: ఎమ్మెల్యే శంకర్ అరసపల్లి, నవంబరు 13(ఆంధ్రజ్యోతి): పార్టీ కోసం శ్రమించిన వారికి సముచిత స్థానం లభిస్తుందని ఎమ్మెల్యే గొండు శంకర్ అన్నారు. నగరం లోని 80 అడుగుల రోడ్డులో గల పార్టీ జిల్లా కార్యాలయంలో గురువారం టీడీపీ పట్టణ, రెండు మండలాల అధ్యక్ష, కార్యదర్శులు, యూనిట్, క్లస్టర్, గ్రామ, బూత్ కమిటీ సభ్యుల ప్రమాణ స్వీకారోత్సవం నిర్వహించారు. నగర పార్టీ అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన పాండ్రకి శంకర్‌ను ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. కార్యక్రమంలో నియోజకవర్గ పరిశీలకుడు చింతల రామకృష్ణ, పార్టీ నగర ప్రధాన కార్యదర్శి కోరాడ హరగోపాల్, నేతలు పీఎంజే బాబు, మాదారావు వెంకటేష్, గొండు జగపతి నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.పార్టీకి చేసిన సేవలతోనే గుర్తింపు: వివ్ అశోక్

కవిటి, నవంబరు 13: టీడీపీకి చేసిన సేవలతోనే గుర్తింపు లభిస్తుందని ఎమ్మెల్యే, ప్రభుత్వ వివ్ బెందాళం అశోక్ అన్నారు. రామయ్య పుట్టుగలో గురువారం పార్టీ మండల, బూత్, క్లస్టర్, యూనిట్ అనుబంధ కమిటీల ప్రమాణ స్వీకారోత్సవం నిర్వహించారు. టీడీపీ ప్రభుత్వం పేదల అభ్యున్నతికి పాటుపడుతుందన్నారు. కార్యక్రమంలో టీడీపీ మండల అధ్యక్షుడు పి.కృష్ణారావు, ఎంపీ చైర్మన్ మణిచంద్ర ప్రకాష్, పీవీసీఎస్ చైర్మన్ బాసుదేవ్ ప్రదాన్, మండల మహిళా అధ్యక్షురాలు దేవికా జెన్నా, వివిధ కమిటీల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

పార్టీని బలోపేతం చేయాలి: ఎమ్మెల్యే బగ్గు నరసన్నపేట, నవంబరు 13: ప్రభుత్వం చేపడుతున్న సంక్షేమ, అభివృద్ధి పథకాలపై గ్రామస్థాయిలో విస్తృతంగా ప్రచారం చేయాలని ఎమ్మెల్యే బగ్గు రమణమూర్తి సూచించారు. గురువారం స్థానిక పార్టీ కార్యాలయంలో కమిటీలు, అనుబంధ కమిటీల సభ్యుల ప్రమాణ స్వీకరణోత్సవం నిర్వహించారు. తొలుత పార్టీ కార్యాలయంలో టీడీపీ జెండా ఎగురువేసి అనంతరం ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి పూలమాలతో నివాళులర్పించారు. తెలుగు యువత నియోజవర్గ అధ్యక్షుడిగా రావాడ గణపతిరావు ప్రమాణం చేశారు. కార్యక్రమంలో పార్టీ పరిశీలకు కోయిలాడ వెంకటేశ్వరరావు, నియోజవర్గ సమన్వయకర్త బగ్గు అర్చన తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సినిమా



కొలెస్ట్రాల్, గుండె సమస్య మాయం.

ఎండిన అంజూర పండ్లను రాత్రంతా నానబెట్టడం వల్ల అవి మృదువుగా మారతాయి. వాటిలోని కరిగే ఫైబర్ ప్రేగు కదలికలను సజావుగా చేసి, మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది, మంచి గట్ బ్యాక్టీరియాను ప్రోత్సహిస్తుంది. దీనిని ఉపయోగించడానికి, 2-3 ఎండిన అంజూర పండ్లను అర గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టండి. ఉదయం మెత్తబడిన పండ్లను తిని, ఆ నీటిని కూడా తాగడం వలన శరీరం నుండి విషాన్ని బయటకు పంపి, కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రించవచ్చు. నిద్రకు ముందు పాలతో తీసుకోవడం పడుకునే ముందు గోరువెచ్చని పాలతో అంజీర్ వండర్ల తినడం వలన జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది మరియు నిద్ర నాణ్యత పెరుగుతుంది. అంజీర్ పండ్లలోని ఫైబర్, మెగ్నీషియం, కాల్షియం జీర్ణక్రియకు మద్దతు ఇచ్చి, సహజంగా మలబద్ధకం నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. దీని కోసం, ఒక కప్పు పాలు వేడి చేసి దానికి 2-3 ఎండిన అంజూర పండ్లను జోడించండి. పడుకునే 30 నిమిషాల ముందు ఈ మిశ్రమాన్ని తాగితే పేగు ఆరోగ్యం నిద్ర నాణ్యత మెరుగుపడుతుంది.

సలాడ్లలో తాజా అంజీర్ పండ్లు తాజా అంజీర్ పండ్లలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్ ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణక్రియను నిర్వహిస్తాయి గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. తాజా అంజీర్ పండ్లను కోసి, ఆకుకూరలు, దోసకాయ, చెర్రీ టమోటాలు విత్తనాలతో కలిపి సలాడ్లలో వేయడం వలన పోషక విలువలు మెరుగుపడటమే కాకుండా రక్తపోటు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను సమతుల్యం చేస్తుంది. అలివ్ నూనె నిమగ్నం చేసి కలిపి ఈ సలాడ్ ను తీసుకోవచ్చు. అల్పాహారంలో ఓల్స్ తో కలిపి

ఓట్ మీల్ లేదా ఉదయం అల్పాహారానికి అంజీర్ పండ్లను జోడించడం వల్ల మీ ఆహారం ఫైబర్ తో సమృద్ధిగా ఉండి, సంతృప్తికరంగా ఉంటుంది. ఓల్స్ అంజీర్ లోని కరిగే ఫైబర్ ప్రేగు కదలికలకు మద్దతు ఇస్తుంది, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను సమతుల్యం చేస్తుంది గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. ఓల్స్ ను పాలు లేదా నీటిలో ఉడికించి, దానికి 1-2 తరిగిన అంజీర్ పండ్లను జోడించి, పైన గింజలు దాల్చిన చెక్క పొడి చల్లుకుంటే సరిపోతుంది. స్వామీ రూపంలో అంజూర స్వామీ పోషకాల శోషణను పెంచడానికి సులభమైన రుచికరమైన మార్గం. దీనిలోని ఫైబర్, ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు అన్నీ జీర్ణక్రియ, హైడ్రేషన్ గుండె

ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తాయి. సగం అరటిపండు, ఓల్స్, పెరుగు నీరు లేదా పాలలో రెండు ఎండిన లేదా తాజా అంజూర పండ్లను జోడించి, దాల్చిన చెక్క పొడిని కలిపి స్వామీ చేసుకోవచ్చు.

గింజలు (నట్స్) తో కలిపి స్నాక్ గా అంజీర్ పండ్లను బాదం, వాల్ నట్స్ వంటి గింజలతో కలిపి తినడం గుండె, జీర్ణక్రియ రెండింటికీ మంచి స్నాక్. ఇందులో ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది మిమ్మల్ని ఎక్కువసేపు కడుపు నిండినట్లు ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది చక్కెర కోరికలను నియంత్రిస్తుంది. తరిగిన ఎండిన అంజీర్ పండ్లను ఇతర గింజలు, ఎండుద్రాక్షలతో కలిపి గాలి చొరబడని కంటైనర్ లో నిల్వ చేసి, మధ్యాహ్నం స్నాక్ గా తీసుకోవచ్చు.

పెరుగుతో అంజీర్ పండ్లు ప్రోబయోటిక్ అధికంగా ఉండే పెరుగుతో అంజీర్ పండ్లు తినడం వల్ల పేగు ఆరోగ్యం పోషకాల శోషణ మెరుగుపడుతుంది. ఈ కలయిక సహజంగా జీర్ణక్రియకు కూడా మద్దతు ఇస్తుంది. ఒక గిన్నె పెరుగులో 2-3 తరిగిన ఎండిన లేదా తాజా అంజూర పండ్లను జోడించి, అదనపు ఫైబర్ కోసం చియా లేదా అవినె గింజలను కూడా కలుపుకోవచ్చు.

అంజీర్ నానబెట్టిన నీరు అంజీర్ పండ్లను నీటితో కలిపి తాగడం వల్ల హైడ్రేషన్ నిర్వహణలో సహాయపడుతుంది. అంజీర్ పండ్లలోని పొటాషియం మెగ్నీషియం వంటి ఖనిజాలు రక్తపోటును నిర్వహించడంలో, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో శరీరం నుండి విషాన్ని బయటకు పంపడంలో సహాయపడతాయి. 2 ఎండిన అంజూర పండ్లు, కొన్ని పుదీనా ఆకులు ఒక నిమిషం ముక్కును ఒక గ్లాసు నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టి, మరుసటి రోజు ఉదయం ఆ నీటిని త్రాగాలి.

తేనె గింజలతో కాల్చిన అంజీర్ పండ్లు కాల్చిన అంజీర్ పండ్లు సహజంగా తీపిగా ఉండి, గుండె ఆరోగ్యకరమైన ట్రిట్ ను అందిస్తాయి. అంజీర్ పండ్లలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు గింజలలోని ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు కొలెస్ట్రాల్ సమతుల్యతను కాపాడుకోవడానికి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. తాజా అంజూర పండ్లపై తేనె, బాదం లేదా పిస్తా వంటి గింజలు వేసి 180% వద్ద 10 నిమిషాలు కాల్చవచ్చు. అంజీర్ చట్నీ లేదా స్పైడ్ అంజీర్ చట్నీ అనేది ఫైబర్ యాంటీఆక్సిడెంట్లతో కూడిన రుచికరమైన వంటకం. ఇది ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణక్రియకు మద్దతు ఇస్తుంది ఆహారానికి రుచిని జోడిస్తుంది. తరిగిన ఎండిన అంజీర్ పండ్లను నిమగ్నం, చిటికెడు ఉప్పు అల్లంతో మెత్తగా అయ్యే వరకు ఉడికించి, అపై మిక్సర్ లో వేసి చట్నీలా రుచుకోవచ్చు.

ఏంటీ.. ఈ అమ్మడు సందీప్ కిషన్ తో నటించిందా.. ?

ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాను ఓ అందమైన అమ్మాయి ఫోటో షేర్ చేస్తుంది. నిజానికి చాలా సంవత్సరాలుగా సినిరంగంలో ఉన్నప్పటికీ ఈ ముద్దుగుమ్మ పేరు ఇప్పుడు నెట్టింట మారుమోగుతుంది. టాలీవుడ్ హీరో సందీప్ కిషన్ సరసన ఓ సినిమా చేసింది. కానీ అప్పట్లో అంతగా పాపులర్ కాలేకపోయింది. ఇప్పుడు మాత్రం ఈ ముద్దుగుమ్మ పేరు నెట్టింట మారుమోగుతుంది. ఆమె పేరు గిరిష్ ఓక్. తెలుగు ప్రేక్షకులకు ఈ భామ పేరు అంతగా తెలియకపోవచ్చు. కానీ బాలీవుడ్ సినిమాలకు ఇష్టమైన హీరోయిన్. మరాఠీ నటుడు గిరిష్ ఓక్ కుమార్తె గిరిజా ఓక్. కేవలం యాక్టింగ్ మాత్రమే కాదు.. బయోటెక్నాలజీలో డిగ్రీ పూర్తి చేసింది. 15 ఏళ్ల వయసులోనే సినిరంగంలోకి అడుగుపెట్టింది. బీనెజ్ లోనే గోష్ఠి చోటి డోంగ్రేవధి, గుల్షాహర్ వంటి చిత్రాలతో మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. ఆ తర్వాత మరాఠీలో వచ్చిన లజ్జా సీరియల్స్ ప్రధాన పాత్రలో నటించింది. ఈ సీరియల్ తర్వాత ఆమెకు హిందీ సినిమాల్లో అవకాశాలు వచ్చాయి. హిందీ, మరాఠీ భాషలలో అనేక చిత్రాల్లో నటించిన ఆమె.. తార జమీన్ పర్ చిత్రంలో కీలకపాత్రలో నటించింది. ఈ సినిమాతో దేశవ్యాప్తంగా గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. ఆ తర్వాత షోర్ ఇన్ ది నీటి వంటి హిట్ సినిమాతో నటిగా ప్రశంసలు అందుకుంది. అయితే ఇప్పుడు ఆమె పేరు నెట్టింట మారుమోగుతుంది. నటుడు గుల్షన్ దేవయ్యతో ఆమె నటించిన సినిమా థెరపీ పెరపీ ఇప్పుడు భారీ సంచలనం సృష్టించింది. దీంతో ఆమె గురించి తెలుసుకోవడానికి నెటిజన్స్ తెగ సెర్చ్ చేస్తున్నారు. నిజానికి గిరిజా కేవలం హిందీ, మరాఠీ మాత్రమే కాదు.. తెలుగులోనూ నటించింది. సందీప్ కిషన్ సరసన ఆమె నటించింది. అప్పట్లో అతడితో అదిరిపోయే లిప్ లాక్ సీన్ చేసింది. ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో పాల్గొన్న గిరిజా లుక్స్ చూసి నెటిజన్స్ ఫిదా అయ్యారు. సినిమాలతో కాకుండా ఒక్క ఇంటర్వ్యూతోనే ఇప్పుడు గిరిజా నెట్టింట ట్రెండింగ్ అవుతున్నారు.



పతిరోజూ ఏబీసీ జ్యూస్ తాగుతున్నారా..?

మంచి ఆరోగ్యం కావాలంటే కొన్ని రకాల జ్యూస్ లను మీ ఆహారంలో చేర్చుకోవటం మంచిది అంటున్నారు. ఇలాంటి పండ్లు, కూరగాయల జ్యూస్ లలో పోషకాలు, విటమిన్లు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి చాలా రకాల ప్రాణాంతక వ్యాధుల నుంచి మిమ్మల్ని కాపాడతాయి. ఇందులో అతి ముఖ్యమైనది ఏబీసీ జ్యూస్. ఏబీసీ జ్యూస్ అంటే.. ఆపిల్, బీటీరూట్, క్యారెట్ తో తయారు చేస్తారు. వీటిలో పుష్కలమైన పోషకాలు ఉంటాయి.

ఏబీసీ జ్యూస్ లో 8 నుంచి 9 గ్రాముల వరకు షుగర్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, 0. 5 గ్రాముల ప్రోటీన్స్ ఉంటాయి. కాగా ఈ జ్యూస్ తాగితే.. హిమోగ్లోబిన్ లెవల్స్ పెరుగుతాయి. దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు దరి చేరకుండా ఉంటాయి. కాగా ఖాళీ కడుపుతో ఈ జ్యూస్ తాగటం వల్ల శరీరంలోని విష పృథ్వాన్ని క్లీర్ అవుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. . కాగా వంద మిల్లీలీటర్ల ఏబీసీ జ్యూస్ తీసుకోవటం వల్ల 45-50 కేలరీలు, 10-12 గ్రాముల కార్బోహైడ్రేట్లు అందుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఏబీసీ జ్యూస్ తాగడం వల్ల చర్మం మెరుస్తుంది. జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఈ జ్యూస్ లో ఉండే విటమిన్లు, ఖనిజాలు చర్మం సాగే గుణాన్ని పెంచుతాయి. పుద్గావ్యం వల్ల ముఖంపై వచ్చే చర్మవ్యాధులను తగ్గిస్తాయి. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడానికి, మీ గట్ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటానికి కూడా ఉపయోగపడుతుంది. వెయిట్ లాస్ అవ్వాలనే వారికి ఈ జ్యూస్ ఎంతో మేలు చేస్తుంది. వీటిలో కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఈ జ్యూస్ తాగితే చర్మం కూడా ప్రకాశవంతంగా మెరుస్తుంది. జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది.



ఇది జీవక్రియను పెంచడానికి, ప్రేగు కదలికలను క్రమబద్ధీకరించడానికి, మలబద్ధకం తగ్గించడానికి ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులో ఉండే క్యారెట్లు మీ కళ్ళను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి.

కోల్ కతా టెస్ట్ లో టీమిండియా ప్లేయింగ్ ఎలెవన్ ఇదే..

సౌతాఫ్రికా జట్టు భారత పర్యటన టెస్ట్ సిరీస్ తో ప్రారంభమవుతోంది. ఈ సిరీస్ లోని మొదటి మ్యాచ్ శుక్రవారం, నవంబర్ 14న కోల్ కతాలోని ఈడెన్ గార్డెన్స్ స్టేడియంలో ప్రారంభం కానుంది. ఈ టెస్ట్ మ్యాచ్ లో అక్షర్ పటేల్ బెంచ్ కే పరిమితం కావచ్చని అంచనా వేస్తున్నారు. ధ్రువ్ జురెల్ ఆడటం ఖాయమని భావిస్తున్నారు. సహాయక కోచ్ కూడా జురెల్, పంత్ ఇద్దరూ కలిసి ఆడగలరని కన్నాం చేశారు. నితీష్ కుమార్ రెడ్డి చోటు దక్కని బీసీసీఐ ధృవీకరించింది.

ఇంగ్లాండ్ పర్యటనలో గాయపడిన రిషబ్ పంత్ ఇప్పుడు పూర్తిగా కోలుకున్నారు. దాదాపు 3 నెలల తర్వాత తన మొదటి అంతర్జాతీయ మ్యాచ్ ఆడటానికి అతను సిద్ధంగా ఉన్నాడు. ఈ నేపథ్యంలో కోల్ కతాలో భారత జట్టు ముగ్గురు పేసర్లు, ఇద్దరు స్పిన్లర్ల కలయికతో బరిలోకి దిగవచ్చని భావిస్తున్నారు. నితీష్ కుమార్ రెడ్డి కేవలం మొదటి టెస్ట్ నుంచి మాత్రమే బయట ఉన్నాడు, అయితే దీనికి కారణం గాయం కాదు. నితీష్ ఆస్టేలియా పర్యటనలో కూడా గాయపడ్డాడు. అతను కోల్ కతాకు చేరుకుని సాధన కూడా ప్రారంభించాడు. అయితే, అతను బహుశా ప్లేయింగ్ ఎలెవన్ లో చోటు సంపాదించలేదు కాబట్టి, బీసీసీఐ అతన్ని సౌతాఫ్రికా ఏ జట్టుతో జరిగే వన్డే సిరీస్ కోసం భారత ఏ జట్టులోకి విడుదల చేసింది. బీసీసీఐ ప్రకటనలో.. “నితీష్ రాజ్ కోట్ లో సౌతాఫ్రికా ఏ తో జరిగే వన్డే సిరీస్ కోసం భారత ఏ జట్టులో చేరతాడు. ఏ సిరీస్ ముగిసిన తర్వాత రెండో టెస్ట్ కోసం భారత జట్టులోకి తిరిగి వస్తాడు” అని పేర్కొంది. భారత జట్టు ప్లేయింగ్ ఎలెవన్ కలయికలో రవీంద్ర జడేజా, వాషింగ్టన్ సుందర్, కుల్దీప్ యాదవ్ రూపంలో ముగ్గురు స్పిన్లర్లు ఆడవచ్చు. జస్ ప్రీత్ బుర్రా, మహ్మద్ సిరాజ్ ఇద్దరు పేసర్లుగా ఉంటారు. భారత జట్టు సహాయక కోచ్ ర్యాన్ టెన్ డోషెట్ కూడా మీడియాతో మాట్లాడుతూ, ధ్రువ్ జురెల్ సౌతాఫ్రికా ఏ పై 2 సెంచరీలు సాధించాడు, అతను ఈ వారం ఆడతాడని చెప్పారు. నితీష్ ప్లేయింగ్ ఎలెవన్ లో



చోటు సంపాదించలేదని కూడా ఆయన అన్నారు. ఇప్పుడు పెద్ద ప్రశ్న ఏమిటంటే, ధ్రువ్ జురెల్, రిషబ్ పంత్ ఇద్దరూ ప్లేయింగ్ ఎలెవన్ లో ఉంటే వికెట్ కీపింగ్ ఎవరు చేస్తారు. పంత్ వికెట్ కీపర్ అయ్యే అవకాశాలున్నాయి. ఎందుకంటే అతను పూర్తిగా ఫిట్ గా లేకపోతే, జట్టు యాజమాన్యం అతన్ని వైదానంలోకి దించడానికి తొందరపడదు. టీమిండియా ప్లేయింగ్ ఎలెవన్ (అంచనా) : యశస్వి జైస్వాల్, కేఎల్ రాహుల్, సాయి సుదర్శన్, శుభ్ మన్ గిల్ (కెప్టెన్), రిషబ్ పంత్ (వికెట్ కీపర్), ధ్రువ్ జురెల్, రవీంద్ర జడేజా, వాషింగ్టన్ సుందర్, కుల్దీప్ యాదవ్, జస్ ప్రీత్ బుర్రా, మహ్మద్ సిరాజ్.